

Formation
MANUEL THÉORIQUE
DRAINAGE LYMPHATIQUE ET MADÉROTHÉRAPIE



SOMMAIRE

1. Présentation de la formation

- Présentation de la formatrice.....page 1
- Philosophie de la méthode.....page 2
- Public concerné.....page 3
- Prérequis.....page 4
- Objectifs pédagogiques.....page 5
- Compétences visées.....page 6
- Déroulé de la formation.....page 7-8
- Modalités pédagogiques.....page 9
- Modalités d'évaluation.....page 10

2. Cadre professionnel

- Posture professionnelle.....page 11
 - Hygiène et sécurité.....page 12
 - Ergonomie du praticien.....page 13
 - Installation du poste de travail...page 14
 - Accueil et confort de la cliente...page 15
 - Confidentialité et limites professionnelles.....page 16
-

SOMMAIRE

3. Anatomie & physiologie appliquées

- Introduction.....page 17
- Le système lymphatique.....page 18
- Les ganglions lymphatiques.....page 19
- La circulation des fluides.....page 20
- La rétention d'eau.....page 21
- Les différents types de cellulite...page 22
- Les fascias et tissus.....page 23
- Les effets mécaniques du massage.....page 24
- Attention - Important !.....page 25

4. Drainage lymphatique brésilien

- Origines et principes.....page 26
 - Bienfaits.....page 27
 - Indications.....page 28
 - Contre-indications.....page 29-30
 - Les manœuvres..... page 31
 - Sens et direction des gestes.....page 32
 - Intensité et rythme.....page 33
 - Déroulé d'une séance.....page 34
 - Conseils post-soin.....page 35
-

SOMMAIRE

5. Madérothérapie

- Origines et principes.....page 36
- Présentation des outils.....page 37
- Effets recherchés.....page 38
- Indications.....page 39
- Contre-indications.....page 40-41
- Protocoles par zones.....page 42
- Combinaison avec le drainage lymphatique.....page 43
- Conseils post-soin.....page 44

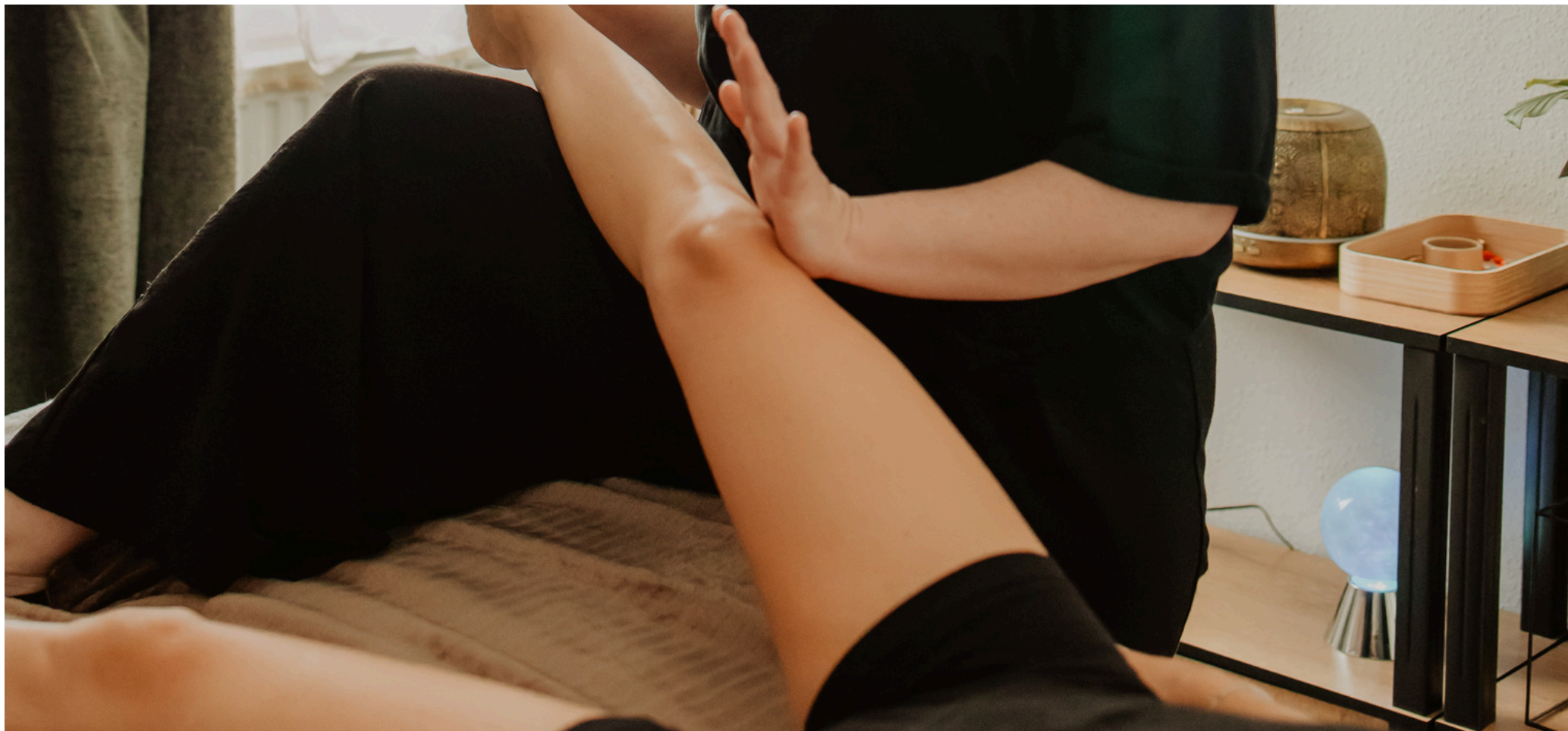
6. Annexes pédagogiques

- Fiche cliente.....page 45
 - Questionnaire santé et consentement éclairé.....page 46
 - Glossaire.....page 47-48
 - Infos utiles.....page 49
 - Coordonnées et contact.....page 50
-



T

PRÉSENTATION DE LA FORMATION



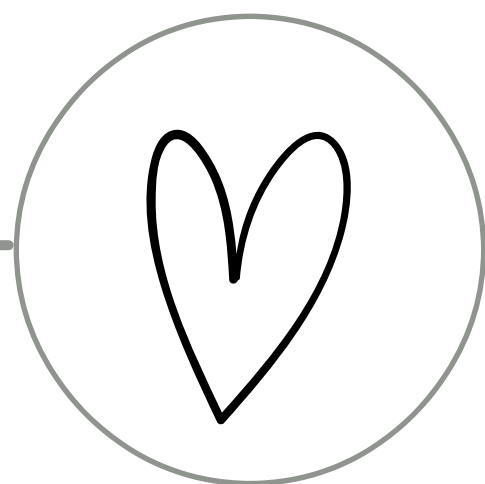
PRÉSENTATION DE LA FORMATRICE

Je m'appelle **Jessica**, je suis dans le métier depuis 16 ans.

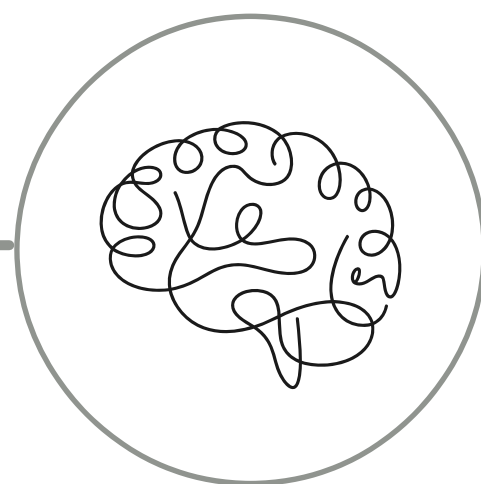
J'ai démarré dans les spas après avoir été diplômée en esthétique-cosmétique. Au fil des années, je suis devenue **spa Manager** et **formatrice** en spa. Quand je suis devenue maman, j'ai décidé de me mettre à **mon compte** pour proposer une expérience **100% sur mesure** et **transmettre ma passion** à mes élèves.



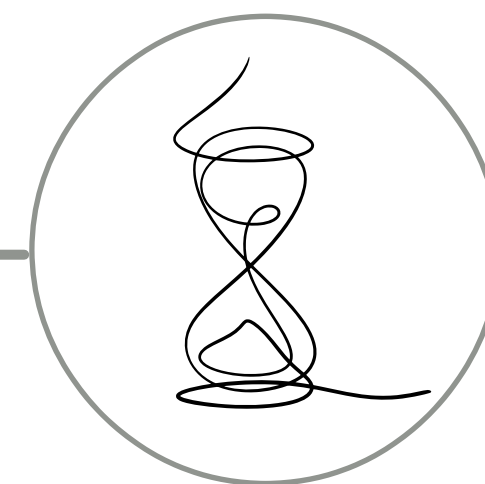
PHILOSOPHIE DE LA FORMATION



Pouvoir enfin transmettre mes connaissances avec le cœur. Donner la chance aux élèves de voir le métier d'une façon différente que ce qu'on peut voir de plus standard ou figé.

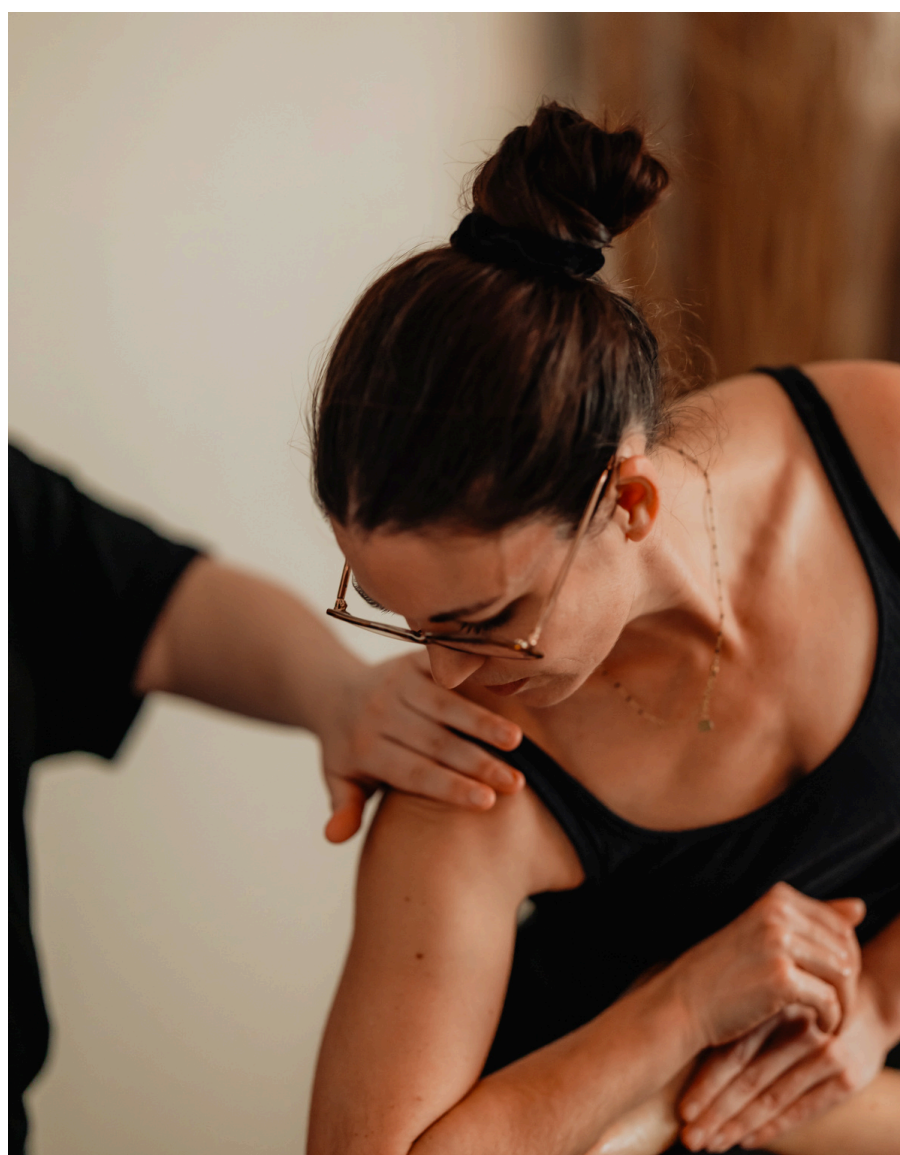


Donner un support pédagogique complet pour obtenir le maximum de connaissances à l'issue de votre formation. Aucune information n'est gardé, tout est transmis.



Vous donnez le temps nécessaire pour intégrer la pratique et la théorie avec des révisions pré et post formation.

Le niveau est différent selon
chaque élève, pour le bon
déroulement de la formation,
je m'adapte à votre niveau et
à vos besoins.



PUBLIC CONCERNÉ

DÉBUTANTS



RECONVERSION PRO



MASSOTHÉRAPEUTES EN
RECHERCHE DE
PERFECTIONNEMENT



La formation peut se faire en
binôme ou en
accompagnement individuel
selon vos besoins.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis n'est demandé pour participer à la formation. L'essentiel est d'être suffisamment motivé(e) et enclin(e) à recevoir une formation condensée, pour pouvoir ensuite vous entraîner et développer vos compétences au fur et à mesure de votre parcours.



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Accueillir et installer une cliente dans le respect des règles d'hygiène, de sécurité et de confort.
- Identifier les principales indications et contre-indications liées au drainage lymphatique esthétique et à la madérothérapie.
- Comprendre le fonctionnement simplifié du système lymphatique et ses liens avec la circulation des fluides, la rétention d'eau et l'aspect des tissus.
- Réaliser les principales manœuvres du drainage lymphatique avec une gestuelle fluide, adaptée et sécuritaire.
- Utiliser les outils de madérothérapie de manière adaptée selon les zones du corps et les besoins esthétiques de la cliente.
- Adapter l'intensité, le rythme et la pression des techniques selon la sensibilité tissulaire et les besoins observés.
- Réaliser un protocole complet combinant drainage lymphatique brésilien et madérothérapie.
- Adopter une posture ergonomique afin de préserver son confort de travail et prévenir les tensions physiques liées à la pratique.
- Conseiller la cliente avant et après une séance afin d'optimiser les effets du soin et favoriser son confort.
- Développer une posture professionnelle bienveillante, respectueuse et sécurisante dans l'accompagnement de la cliente.



COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, le stagiaire aura développé les compétences suivantes :

- Maîtriser les bases techniques du drainage lymphatique esthétique brésilien.
- Maîtriser l'utilisation sécuritaire des outils de madérothérapie.
- Savoir construire et réaliser un protocole de soin esthétique corps.
- Être capable d'adapter les techniques selon la morphologie et les besoins observés.
- Être capable d'exercer dans un cadre professionnel respectueux des règles d'hygiène et de sécurité.
- Être capable d'assurer une prise en charge professionnelle et qualitative de la cliente.

DÉROULÉ DE LA FORMATION

JOUR 1

MATIN

- Accueil des stagiaires
- Présentation de la formation et des objectifs pédagogiques
- Présentation du matériel et des règles d'hygiène et de sécurité
- Anatomie et physiologie appliquées au drainage lymphatique et à la madérothérapie
- Indications et contre-indications
- Présentation des manœuvres et des outils
- Démonstration complète du protocole par la formatrice

APRÈS-MIDI

- Apprentissage des manœuvres fondamentales
- Travail de posture et d'ergonomie
- Mise en pratique en binôme ou sur modèle
- Corrections individualisées
- Questions / réponses et ajustements techniques



DÉROULÉ DE LA FORMATION

JOUR 2

MATIN

- Révisions et corrections techniques
- Approfondissement des gestes et de la fluidité du protocole
- Adaptation des techniques selon les zones du corps et les besoins observés
- Travail du rythme, de la pression et de l'enchaînement des manœuvres

APRÈS-MIDI

- Réalisation du protocole complet en autonomie supervisée
- Perfectionnement technique
- Mise en situation professionnelle
- Évaluation pratique
- Débriefing de fin de formation
- Remise des attestations de formation



MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

La formation est dispensée en présentiel (ou en ligne selon format choisi) et alterne apports théoriques, démonstrations pratiques et mises en application supervisées.

L'apprentissage repose sur :

- des démonstrations réalisées par la formatrice,
- des exercices pratiques en binôme,
- des corrections individualisées,
- un accompagnement progressif des gestes techniques,
- des échanges interactifs tout au long de la formation.

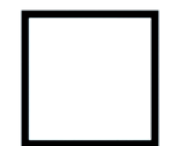
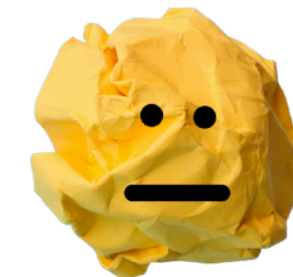
Un livret pédagogique est remis à chaque stagiaire ainsi qu'un support vidéo afin de faciliter l'intégration des connaissances théoriques et techniques.

La pratique représente la majeure partie du temps de formation afin de favoriser l'acquisition des gestes professionnels, de la posture de travail et de la fluidité des protocoles enseignés.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Les acquis de la formation seront évalués à travers :

- Une évaluation continue tout au long de la pratique.
- L'observation des gestes techniques et de la posture professionnelle.
- La réalisation d'un protocole complet en fin de formation.
- Une validation des connaissances théoriques essentielles.
- Un échange oral de fin de formation permettant d'évaluer la compréhension globale des techniques enseignées.



A photograph of two women in a professional setting. The woman on the left has dark, curly hair and is wearing a black top, looking towards the right. The woman on the right has long, straight brown hair, wears glasses and a black button-down shirt, and is smiling while looking down at a notebook she is holding. She is also holding a pen. The background features a large, dried plant arrangement and a green leafy plant. The lighting is warm and soft, suggesting an indoor environment with natural light. Overlaid on the image is the text '2 CADRE PROFESSIONNEL' in white, bold, sans-serif font.

2

CADRE

PROFESSIONNEL



POSTURE PROFESSIONNELLE

Le praticien adopte une posture professionnelle bienveillante, respectueuse et non jugeante tout au long de l'accompagnement de la cliente.

La qualité de présence, l'écoute et le respect du confort physique et émotionnel de la cliente participent pleinement à l'expérience du soin.

Le praticien veille à :

- respecter l'intimité et la confidentialité,
- maintenir une communication claire et professionnelle,
- adapter son toucher à la sensibilité de la cliente,
- respecter les limites de son champ de compétence.

Le drainage lymphatique esthétique et la madérothérapie ne remplacent en aucun cas un suivi médical.



HYGIÈNE ET SÉCURITÉ

Le respect des règles d'hygiène est indispensable afin de garantir un environnement de soin professionnel et sécuritaire.

Le praticien veille notamment à :

- se laver et désinfecter les mains avant et après chaque séance,
- utiliser du linge propre,
- nettoyer et désinfecter le matériel utilisé,
- maintenir un espace de travail propre et ordonné,
- vérifier l'état des outils de madérothérapie avant utilisation.

En présence de contre-indications ou de doute concernant l'état de santé de la cliente, le soin doit être reporté et un avis médical recommandé.



ERGONOMIE DU PRATICIEN

Une bonne posture de travail permet de préserver le confort physique du praticien et de prévenir les tensions liées à la pratique répétée des soins.

Le praticien veille à :

- ajuster correctement la hauteur de la table,
- utiliser le poids du corps plutôt que la force musculaire,
- garder une posture fluide et stable,
- limiter les tensions au niveau des épaules, des poignets et du dos,
- adapter ses déplacements autour de la table.

Une bonne ergonomie favorise également la fluidité et la qualité du toucher.



INSTALLATION DU POSTE DE TRAVAIL

L'environnement de soin doit favoriser le confort, la sécurité et la détente de la cliente.

Le praticien prépare :

- une table stable et confortable,
- des serviettes propres,
- une ambiance calme et apaisante,
- le matériel nécessaire à portée de main,
- une température agréable dans la pièce.

La qualité de l'environnement participe pleinement à l'expérience globale du soin.



ACCUEIL ET CONFORT DES CLIENTS

Avant chaque séance, le praticien prend le temps :

- d'échanger avec la cliente,
- de recueillir les informations nécessaires,
- d'identifier les éventuelles contre-indications,
- d'expliquer le déroulement du soin.

Pendant la séance, le praticien veille au confort physique et émotionnel de la cliente en restant attentif à ses réactions et à sa sensibilité.



CONFIDENTIALITÉ ET LIMITES PROFESSIONNELLES

Toutes les informations partagées par la cliente restent confidentielles.

Le praticien conserve une posture professionnelle adaptée et respecte les limites de son rôle.

Le praticien ne réalise aucun diagnostic médical et ne formule aucune promesse thérapeutique ou médicale.



3

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE APPLIQUÉE

INTRODUCTION

Le drainage lymphatique esthétique et la madérothérapie agissent mécaniquement sur les tissus et la circulation des fluides.

Comprendre les bases du fonctionnement du corps permet au praticien :

- d'adapter ses gestes,
- de mieux comprendre les besoins de la cliente,
- d'utiliser les techniques de manière cohérente et sécuritaire.

Cette partie aborde uniquement les notions essentielles à la pratique professionnelle des soins enseignés.



LE SYSTÈME LYMPHATIQUE

Le système lymphatique est un réseau de **vaisseaux et de ganglions** qui participe à la circulation des fluides dans le corps.

Il joue notamment un rôle dans :

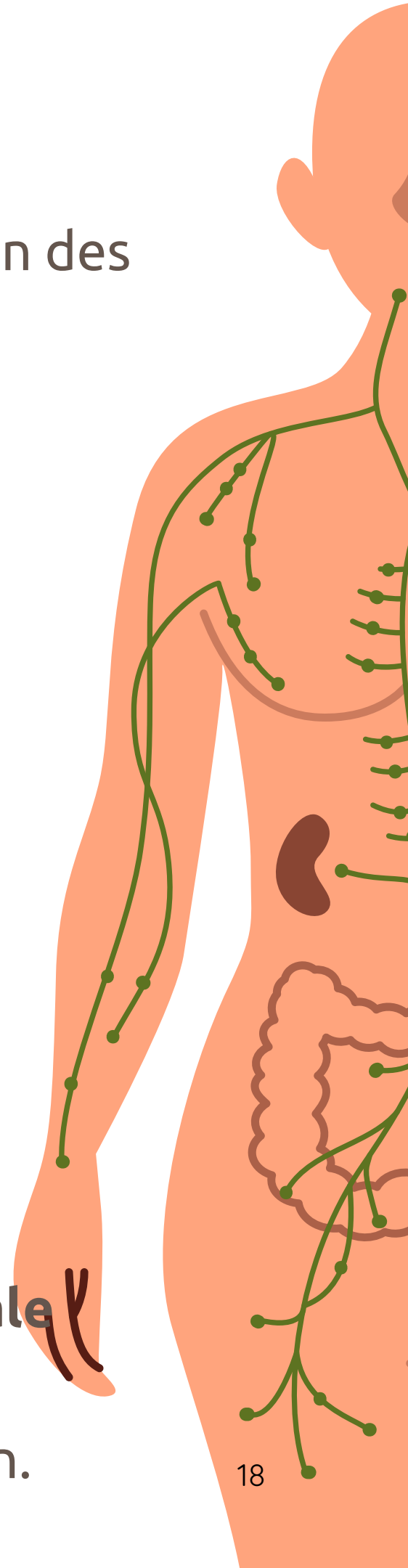
- l'élimination des déchets,
- la circulation de certains liquides,
- le soutien du système immunitaire,
- l'équilibre des tissus.

La lymphe circule lentement dans le corps grâce :

- aux mouvements musculaires,
- à la respiration,
- aux mouvements mécaniques externes.

Contrairement au système sanguin, le **système lymphatique ne possède pas de pompe centrale** comme le cœur.

Les techniques de drainage lymphatique visent à accompagner mécaniquement cette circulation.



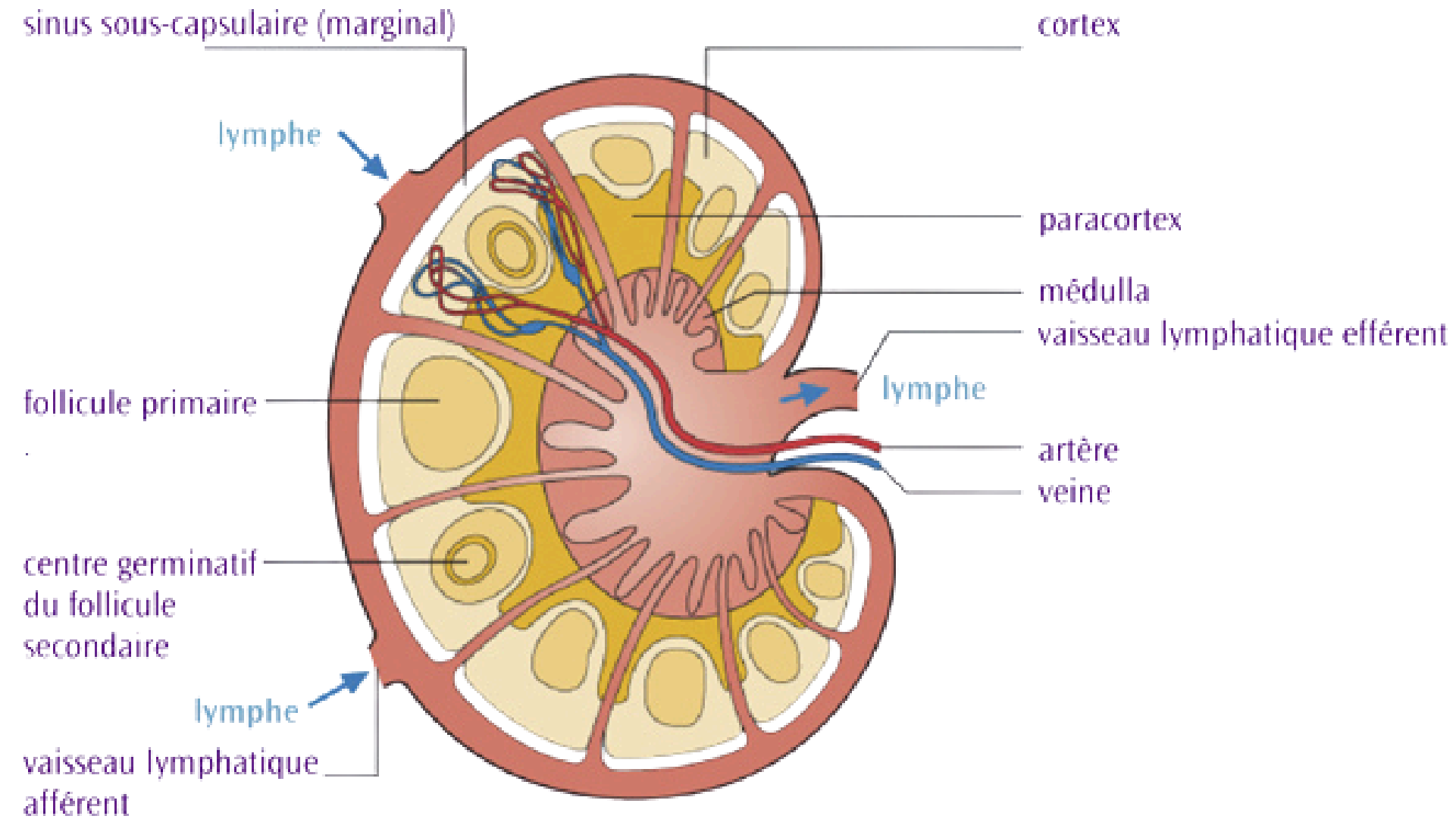
LES GANGLIONS LYMPHATIQUES

Les **ganglions lymphatiques** sont présents à différents endroits du corps, notamment :

- au niveau du cou,
- des aisselles,
- de l'abdomen,
- de l'aîne.

Ils participent au **filtrage de la lymphe**.

Dans le cadre du drainage esthétique, certaines manœuvres sont orientées en direction des **principales zones ganglionnaires** afin de favoriser la circulation des fluides.



LA CIRCULATION DES FLUIDES

Une mauvaise circulation des fluides peut favoriser :

- les sensations de jambes lourdes,
- les gonflements,
- la rétention d'eau,
- l'aspect irrégulier des tissus.

Le **drainage lymphatique esthétique** vise à stimuler mécaniquement cette circulation grâce à des manœuvres spécifiques, rythmées et orientées.



LA RÉTENTION D'EAU

La rétention d'eau correspond à une **accumulation excessive de liquides dans les tissus**.

Elle peut être favorisée par :

- la sédentarité,
- les changements hormonaux,
- le manque de mouvement,
- une mauvaise circulation,
- la fatigue,
- certaines habitudes de vie.

Elle peut se manifester par :

- une sensation de gonflement,
- des jambes lourdes,
- une sensation d'inconfort,
- un aspect plus gonflé des tissus.

Le **drainage lymphatique esthétique** peut aider à procurer une sensation de légèreté et favoriser une meilleure circulation des fluides.



LES DIFFÉRENTS TYPES DE CELLULITE

La cellulite correspond à une modification de l'aspect des tissus sous-cutanés. On distingue généralement plusieurs formes de cellulite :

LA CELLULITE AQUEUSE

Souvent associée à la rétention d'eau et aux troubles circulatoires.

LA CELLULITE ADIPEUSE

Associée à un stockage plus important des graisses dans les tissus.

LA CELLULITE FIBREUSE

Plus ancienne et plus installée, souvent plus dense et parfois sensible au toucher. Il est fréquent d'observer plusieurs types de cellulite associés.

LES FASCIAS ET LES TISSUS

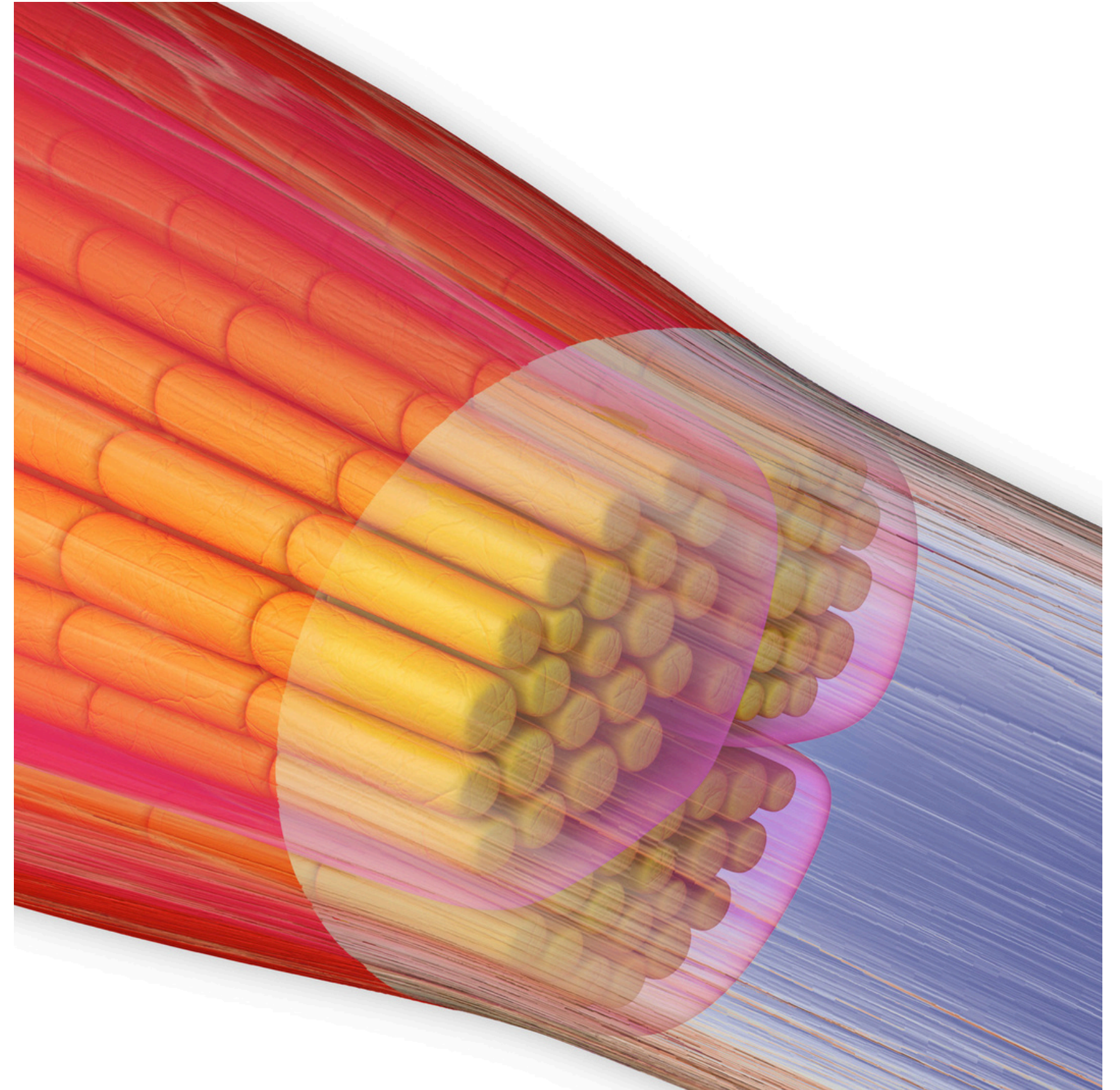
Les fascias sont des membranes présentes dans tout le corps.

Ils entourent et relient :

- les muscles,
- les organes,
- les structures corporelles.

Des tensions mécaniques ou un manque de mobilité peuvent influencer la qualité des tissus et la sensation de confort corporel.

Les techniques manuelles et mécaniques peuvent participer à améliorer la mobilité tissulaire et la sensation de souplesse des tissus.



LES EFFETS MÉCANIQUES DU MASSAGE

Les techniques enseignées dans cette formation visent notamment à :

- stimuler mécaniquement les tissus,
- favoriser la circulation des fluides,
- procurer une sensation de légèreté,
- améliorer l'aspect visuel de certaines zones,
- assouplir les tissus,
- favoriser la détente corporelle.

Les résultats peuvent varier selon :

- le mode de vie,
- la régularité des séances,
- l'hygiène de vie,
- la qualité des tissus,
- les habitudes de la cliente.



ATTENTION - IMPORTANT

Le **drainage lymphatique esthétique** et la **madérothérapie** sont des techniques de bien-être et d'accompagnement esthétique.

Ces pratiques **ne remplacent pas un suivi médical** et ne **permettent pas d'établir un diagnostic ou un traitement médical**.



A close-up photograph of a therapist's hands performing a lymphatic drainage massage on a client's back. The therapist is wearing a black top and has freckles on their arms. The client is lying on a massage table covered with a white sheet, with a brown towel draped over their legs. The background is a plain, light-colored wall.

4

DRAINAGE LYMPHATIQUE
MÉTHODE BRÉSILIENNE

ORIGINES ET PRINCIPES

Le **drainage lymphatique brésilien** est une technique esthétique inspirée du drainage lymphatique traditionnel, revisitée avec une approche plus dynamique, tonique et remodelante.

Cette méthode est particulièrement appréciée pour :

- son effet visuel immédiat,
- la sensation de légèreté qu'elle procure,
- son action mécanique sur la circulation des fluides,
- son effet sculptant sur la silhouette.

Le drainage brésilien associe :

- des manœuvres rythmées,
- des pressions adaptées,
- des gestes dynamiques,
- un travail de circulation orienté vers les principales zones ganglionnaires.



L'objectif est de favoriser mécaniquement la circulation des fluides tout en procurant un effet esthétique et une sensation de confort corporel.

BIENFAITS RECHERCHÉS

Le drainage lymphatique esthétique peut contribuer à :

- procurer une sensation de légèreté,
- favoriser la circulation des fluides,
- améliorer visuellement certains gonflements,
- améliorer l'aspect de la silhouette,
- détendre les tissus,
- favoriser une sensation de confort corporel,
- accompagner les périodes de fatigue ou de rétention d'eau.

Les effets peuvent varier selon :

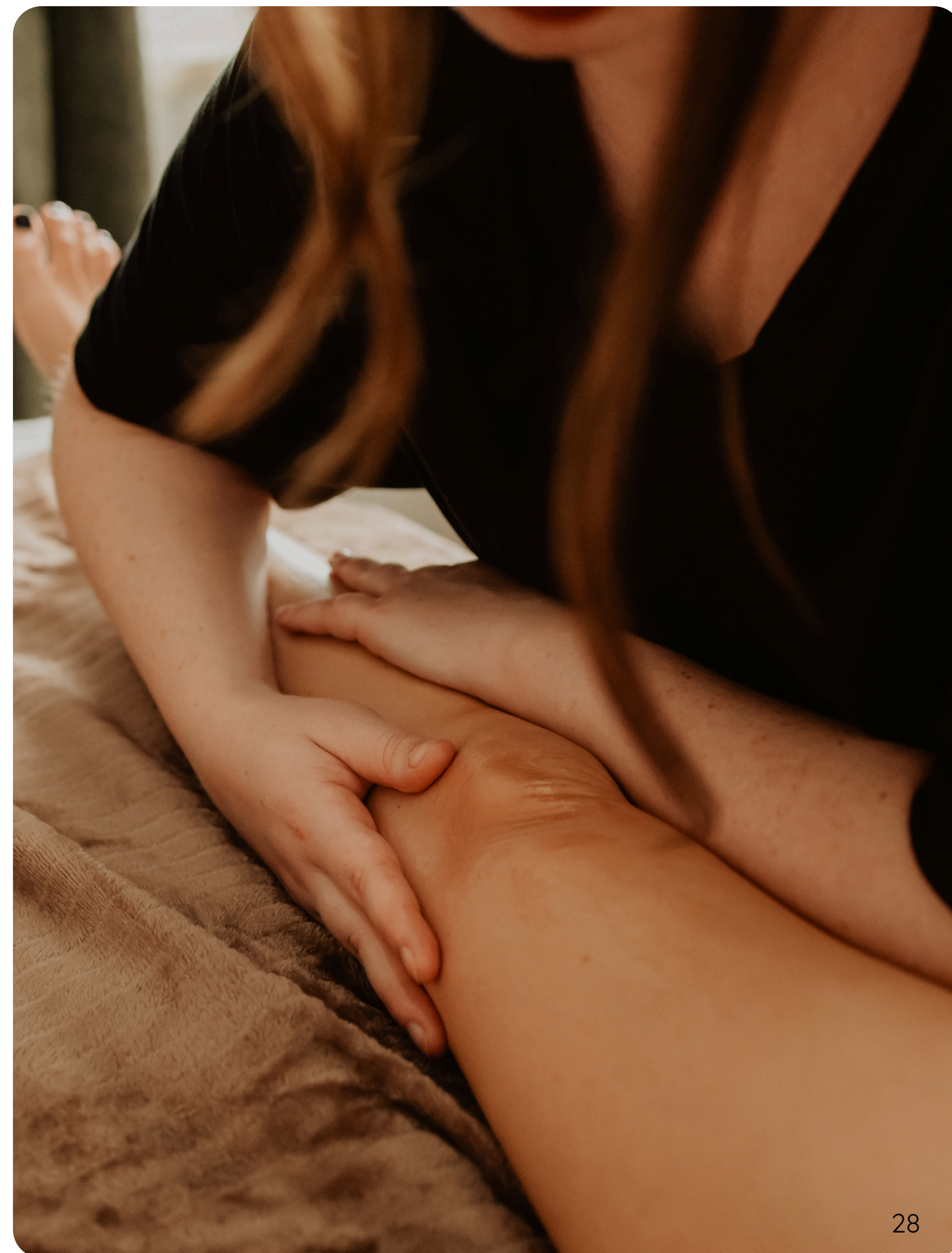
- le mode de vie,
- l'alimentation,
- l'activité physique,
- la qualité des tissus,
- la régularité des séances.



INDICATIONS

Le drainage lymphatique esthétique peut être proposé notamment en cas de :

- sensation de jambes lourdes,
- rétention d'eau,
- gonflements,
- fatigue corporelle,
- inconfort circulatoire,
- besoin de légèreté,
- préparation avant événement,
- recherche d'un effet esthétique et remodelant.



CONTRE-INDICATIONS

Le drainage lymphatique esthétique ne doit pas être pratiqué dans certaines situations.

CONTRE-INDICATIONS PRINCIPALES

- fièvre ou état infectieux,
- phlébite ou suspicion de phlébite,
- insuffisance cardiaque sévère,
- pathologies aiguës inflammatoires,
- plaies ouvertes,
- infection cutanée active,
- intervention chirurgicale récente sans avis médical,
- cancer en phase active sans accord médical,
- troubles circulatoires sévères non suivis médicalement.



CONTRE-INDICATIONS

VIGILANCE PARTICULIÈRE

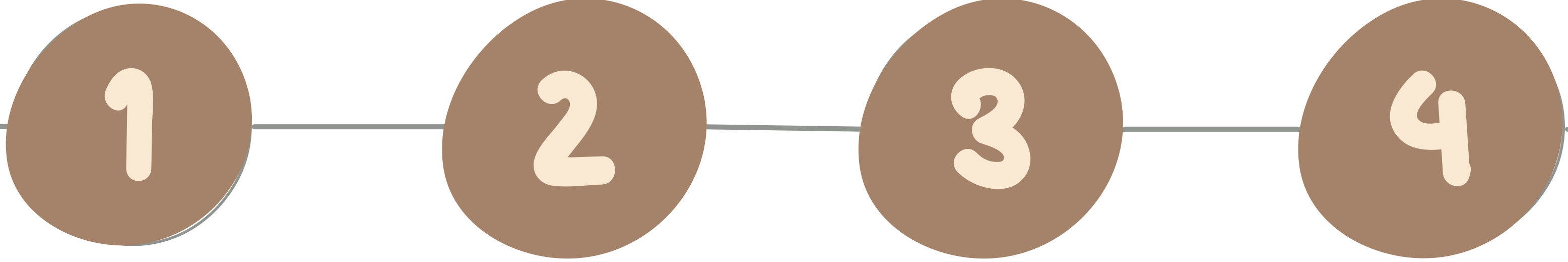
Un avis médical peut être recommandé en cas de :

- grossesse,
- traitement médical important,
- pathologie chronique,
- troubles circulatoires connus,
- douleurs inhabituelles,
- forte sensibilité tissulaire.

En cas de doute, le soin doit être reporté.



LES PRINCIPALES MANŒUVRES



1

STIMULATION

Elles permettent de préparer les zones de circulation et d'accompagner les mouvements du soin.

2

DRAINAGE

Elles visent à orienter mécaniquement les fluides grâce à des gestes précis et rythmés.

3

REMODELAGE

Plus dynamiques, elles participent au travail esthétique de la silhouette et des tissus.

4

FINITION

Elles permettent d'harmoniser le protocole et d'apporter une sensation globale de légèreté.

SENS ET DIRECTION DES GESTES

Le sens des manœuvres est un élément essentiel du drainage lymphatique esthétique.

Les gestes sont réalisés en cohérence avec les principales zones ganglionnaires et la circulation des fluides.

Le praticien veille à :

- respecter la logique du protocole,
- garder une continuité dans les mouvements,
- éviter les gestes désorganisés,
- maintenir une fluidité globale du soin.





PRESSION ET RYTHME

Le drainage lymphatique brésilien nécessite :

- une pression adaptée,
- un rythme maîtrisé,
- une régularité des gestes.

Une pression excessive peut provoquer :

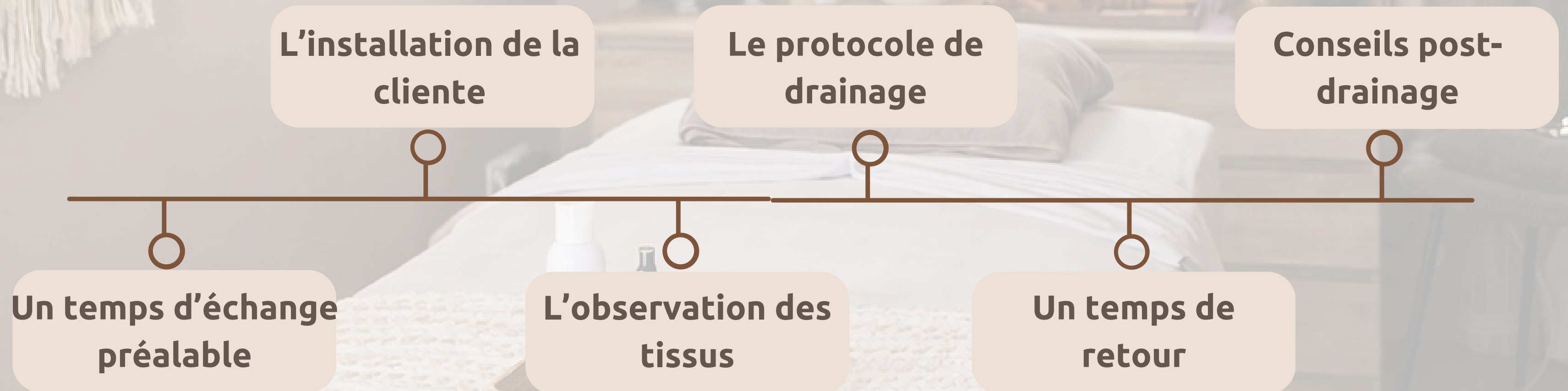
- de l'inconfort,
- une hypersensibilité tissulaire,
- des réactions inadaptées.

Le praticien adapte toujours son toucher :

- à la sensibilité de la cliente,
- à la qualité des tissus,
- aux réactions observées pendant le soin.

DÉROULÉ D'UNE SÉANCE

Une séance complète comprend généralement :



Le praticien veille à accompagner la cliente tout au long du soin dans un cadre rassurant et professionnel.



CONSEILS POST-SOIN

Après une séance, il peut être conseillé :

- de bien s'hydrater,
- de favoriser le mouvement,
- d'éviter les excès alimentaires immédiats,
- de respecter les besoins de repos du corps,
- de maintenir une bonne hygiène de vie.

La régularité des séances et l'hygiène de vie participent aux résultats observés.



5

MADÉROTHÉRAPIE



ORIGINES ET PRINCIPES

La **madérothérapie** est une technique esthétique utilisant différents instruments en bois afin de travailler mécaniquement les tissus du corps.

Le terme “madérothérapie” provient de l’espagnol madera, signifiant “bois”.

Cette méthode est utilisée dans une approche esthétique et de bien-être afin de :

- stimuler les tissus,
- travailler certaines zones de la silhouette,
- favoriser une sensation de légèreté,
- accompagner le confort corporel.

La madérothérapie associe :

- des mouvements dynamiques,
- des rythmes variés,
- des pressions adaptées,
- un travail mécanique des tissus.



L’intensité et le choix des outils doivent toujours être adaptés à la sensibilité et à la qualité des tissus de la cliente.

LES OUTILS DE MADÉROTHÉRAPIE

LE ROULEAU RAINURÉ

Échauffe les tissus, stimule la circulation sanguine et lymphatique, prépare la peau et les muscles. toujours en début de séance, pour mettre en mouvement les liquides et préparer aux manœuvres plus profondes.

LE ROULEAU CUBES

Stimule en profondeur, travaille la rétention d'eau et les capitons plus résistants.

LE CHAMPIGNON

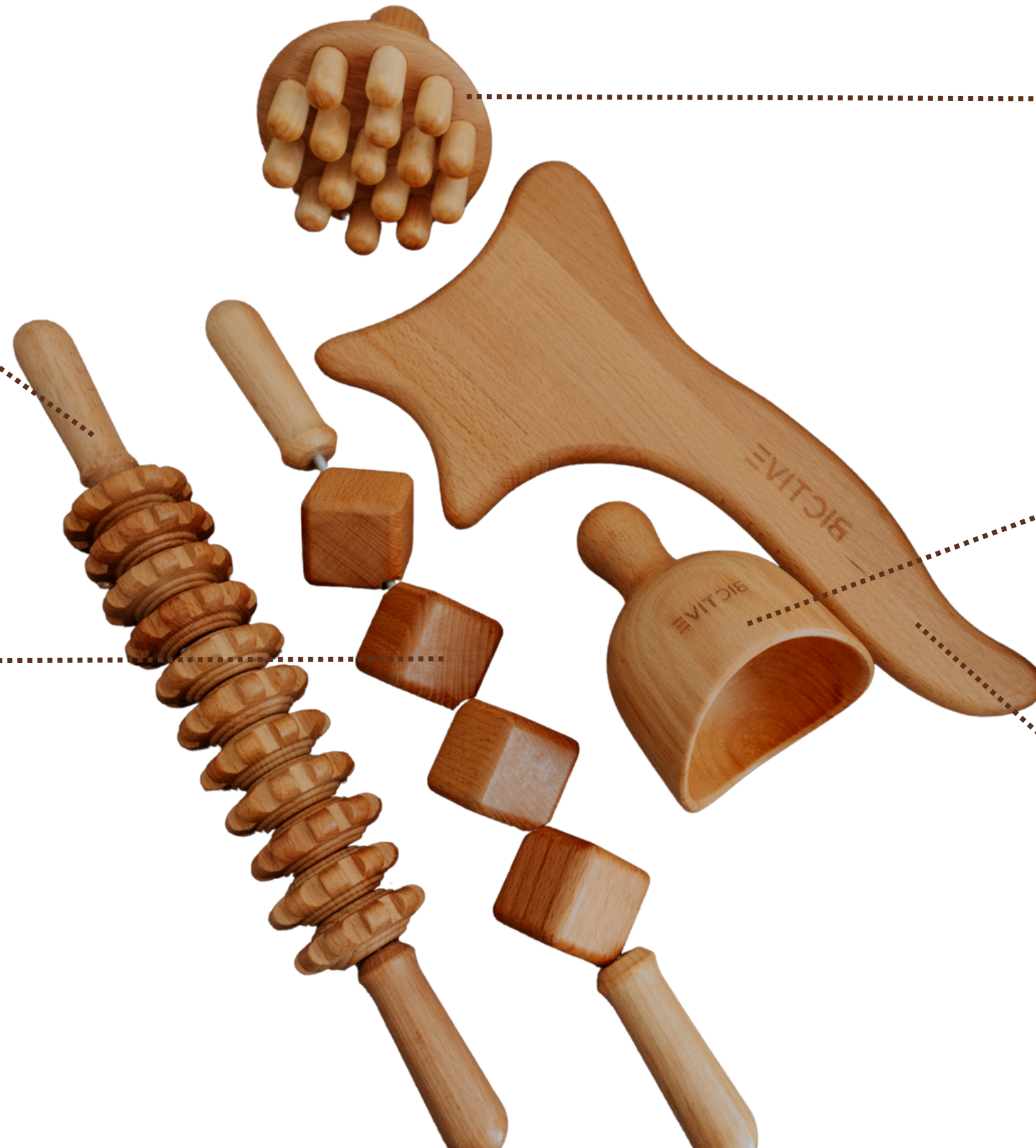
Travaille la cellulite, casse les adhérences, lisse les tissus.

LA COUPE SUÉDOISE

Réalise une aspiration mécanique qui aide à décoller les adipocytes (graisses) et activer le métabolisme local.

LE PLATEAU

Remodèle la silhouette, lisse les tissus, redessine les contours (taille, hanches, cuisses)



BIENFAITS RECHERCHÉS

La madérothérapie peut contribuer à :

- stimuler mécaniquement les tissus,
- améliorer la sensation de tonicité,
- accompagner le travail esthétique de certaines zones,
- favoriser une sensation de légèreté,
- améliorer visuellement l'aspect de la peau,
- procurer une sensation de détente musculaire et tissulaire.

Les résultats peuvent varier selon :

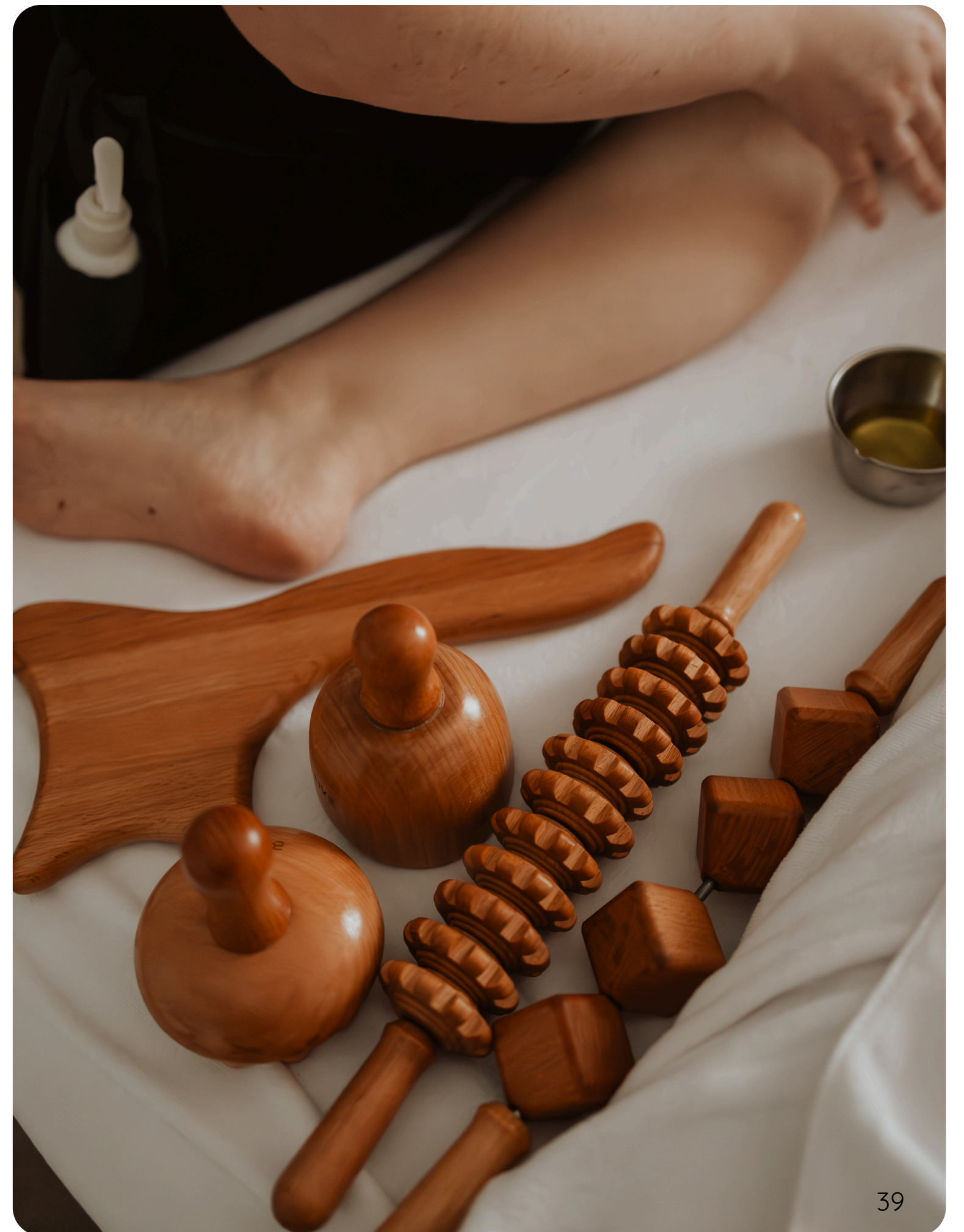
- la qualité des tissus,
- le mode de vie,
- la régularité des séances,
- l'hydratation,
- l'activité physique.



INDICATIONS

La madérothérapie peut être proposée notamment pour :

- le travail esthétique de la silhouette,
- les sensations de tissus engorgés,
- certaines zones de cellulite,
- le besoin de tonicité,
- l'accompagnement esthétique du corps,
- le confort tissulaire.



CONTRE-INDICATIONS

La madérothérapie ne doit pas être pratiquée dans certaines situations.

CONTRE-INDICATIONS PRINCIPALES

- fièvre ou infection,
- phlébite ou suspicion de phlébite,
- inflammation importante,
- troubles circulatoires sévères,
- fragilité capillaire importante,
- plaies ouvertes,
- ecchymoses importantes,
- pathologies cutanées actives,
- douleurs importantes non diagnostiquées,
- intervention chirurgicale récente sans avis médical.



CONTRE-INDICATIONS

VIGILANCE PARTICULIÈRE

Un avis médical peut être recommandé en cas de :

- grossesse,
- forte sensibilité tissulaire,
- traitement médical important,
- pathologie chronique,
- troubles circulatoires connus.

Le praticien adapte toujours son intensité et reporte le soin en cas de doute.





COMBINAISON AVEC LE DRAINAGE LYMPHATIQUE ESTHÉTIQUE

La madérothérapie peut être associée au drainage lymphatique esthétique afin de :

- favoriser une meilleure fluidité des tissus,
- accompagner la circulation des fluides,
- travailler l'aspect esthétique de la silhouette,
- harmoniser le protocole de soin.

L'association des deux techniques nécessite une adaptation constante du rythme, de l'intensité et de la réaction des tissus observés pendant la séance.



CONSEILS POST-SOIN

Après une séance, il peut être conseillé :

- de bien s'hydrater,
- de favoriser le mouvement,
- d'éviter les frottements importants sur les zones travaillées,
- de respecter les besoins de récupération du corps,
- de maintenir une bonne hygiène de vie.

Une légère sensibilité des tissus peut être ressentie après certaines séances selon l'intensité du travail réalisé.



LIMITES DE LA PRATIQUE

Le **drainage lymphatique esthétique** et la **madérothérapie** sont des pratiques de bien-être et d'accompagnement esthétique.

Le praticien :

- ne réalise aucun diagnostic médical,
- ne traite aucune pathologie,
- ne remplace pas un professionnel de santé,
- oriente vers un avis médical en cas de doute.

Le respect du cadre professionnel et des limites de compétence est essentiel à une pratique sécuritaire et responsable.



6

ANNEXES

PÉDAGOGIQUES

FICHE CLIENTE



Avant chaque séance, il est recommandé de faire compléter une fiche cliente permettant de recueillir les informations nécessaires au bon déroulement du soin.

Le praticien veille à conserver ces informations de manière confidentielle

Nom et prénom :
.....

Coordonnées
.....

Antécédents importants
.....

Traitements en cours
.....

Contre-indications éventuelles
.....

Objectifs de la cliente
.....

Sensibilité particulière
.....

Date et signature

QUESTIONNAIRE SANTÉ ET CONSENTEMENT

Le questionnaire santé permet d'identifier les éventuelles contre-indications ou situations nécessitant une vigilance particulière.

Le praticien veille à poser les questions nécessaires avant chaque première séance et à actualiser les informations si besoin.

En cas de doute concernant l'état de santé de la cliente, un avis médical doit être recommandé avant la réalisation du soin.

- Êtes-vous enceinte, combien de mois ?
- Êtes-vous actuellement suivie pour un problème de santé ?
- Prenez-vous actuellement un traitement médical ?
- Avez-vous subi une intervention chirurgicale au cours des 6 derniers mois ?
- Êtes-vous actuellement ou avez-vous déjà eu :
 1. Phlébite
 2. Thrombose
 3. Trouble circulatoire important
 4. Problème cardiaque
 5. Cancer en cours de traitement
 6. Infection ou état fébrile
 7. Maladie inflammatoire aiguë
 8. Lymphoedème diagnostiqué
 9. Plaie ou lésion cutanée importante

- Présentez-vous actuellement :

1. Jambes lourdes
2. Gonflements
3. Rétention d'eau
4. Sensibilité cutanée
5. Ecchymoses faciles
6. Douleurs importantes au toucher

☐ J'autorise la réalisation du soin après avoir pris connaissance des informations ci-dessus

CONSENTEMENT

Je certifie avoir communiqué les informations nécessaires au bon déroulement du soin.

Je m'engage à signaler toute modification de mon état de santé avant chaque séance.

Je comprends que les techniques proposées sont des pratiques de bien-être et d'accompagnement esthétique et qu'elles ne remplacent en aucun cas un suivi ou un traitement médical.

Date :

Signature :

- **Adipocyte**

Cellule spécialisée dans le stockage des graisses. Les adipocytes sont regroupés dans le tissu adipeux.

- **Anamnèse**

Temps d'échange réalisé avant le soin afin de recueillir les informations utiles concernant la cliente, ses besoins, ses objectifs et les éventuelles contre-indications.

- **Cellulite**

Modification de l'aspect des tissus sous-cutanés pouvant donner un aspect de peau d'orange. Elle peut être aqueuse, adipeuse ou fibreuse.

- **Circulation lymphatique**

Déplacement de la lymphe à travers les vaisseaux lymphatiques.

- **Circulation sanguine**

Circulation du sang dans les artères, les veines et les capillaires grâce à l'action du cœur.

- **Contre-indication**

Situation dans laquelle un soin ne doit pas être réalisé ou nécessite un avis médical préalable.

- **Drainage lymphatique esthétique**

Technique manuelle visant à accompagner mécaniquement la circulation des fluides dans une approche de bien-être et d'accompagnement esthétique.

- **Écoute tissulaire**

Capacité du praticien à observer et ressentir la qualité, la densité et la réaction des tissus afin d'adapter son toucher.

- **Fascias**

Membranes présentes dans tout le corps qui entourent et relient les muscles, les organes et les différentes structures anatomiques.

- **Fibrose**

Durcissement ou densification de certaines zones tissulaires pouvant réduire leur souplesse.

- **Ganglion lymphatique**

Zone de filtration de la lymphe. Les principaux ganglions se situent notamment au niveau du cou, des aisselles et de l'aîne.

- **Hygiène professionnelle**

Ensemble des règles permettant de garantir un environnement de soin propre et sécuritaire.

- **Lymphhe**

Liquide circulant dans le système lymphatique. Elle participe notamment à l'équilibre des tissus et à l'élimination de certains déchets.

- **Madérothérapie**

Technique utilisant des instruments en bois afin de travailler mécaniquement les tissus du corps dans un objectif esthétique et de bien-être.

- **Morphologie**

Ensemble des caractéristiques physiques propres à chaque personne.

- **Œdème**

Accumulation anormale de liquide dans les tissus provoquant un gonflement.

- **Palpation**

Action d'observer et d'évaluer les tissus à l'aide des mains.

- **Phlébite**

Formation d'un caillot sanguin dans une veine. Constitue une contre-indication majeure aux soins de drainage.

- **Rétention d'eau**

Accumulation excessive de liquides dans les tissus pouvant entraîner une sensation de gonflement ou de jambes lourdes.

- **Tissu adipeux**

Tissu composé principalement d'adipocytes et participant au stockage énergétique du corps.

- **Tonicité tissulaire**

Capacité des tissus à conserver leur fermeté et leur élasticité.

- **Toucher professionnel**

Utilisation consciente, adaptée et sécuritaire des mains dans le cadre d'un soin.

- **Vaisseaux lymphatiques**

Réseau de canaux transportant la lymphe à travers le corps.

- **Zone ganglionnaire**

Région du corps contenant une concentration importante de ganglions lymphatiques et servant de point de référence lors des techniques de drainage.

INFOS UTILES

- Linge utilisé :

Serviettes 120x200cm en microfibre

- Amazon, grossistes, Temu

- Huile utilisée :

Huile d'amande douce bio (bidon 5L)

- Amazon

Lotion de massage non-grasse SCHUPP

- Site revendeur HD physiotech.

- Outils madéro utilisés :

Kit complet de la marque Bictive

- Amazon

- Hauteur de table :

Très haute

- Indice mains à plat sur la table quand le corps est droit lorsque vous êtes debout.

MERCI POUR VOTRE CONFIANCE !

- Retrouvez-moi :



sur **INSTAGRAM**

aurora.massage.formation



sur **TIKTOK**

aurora.massage.formation



sur **WHATSAPP**

06 11 21 49 16



Vos avis comptent :



aurora massage méridnac



À bientôt chez

